

“防中风”

在第六个世界卒中日,在由卫生部主办,卫生部脑卒中筛查与防治工程委员会、全国脑血管病防治研究办公室承办的“脑卒中筛查与防治走进医院、走进社区、走进乡村”系列活动启动仪式上,天坛医院副院长王拥军教授进行了精彩的授课。

6个台阶

脑卒中(中风)的发生看似猝不及防,其实从血管出现轻微的问题,到真正发生卒中,要经过几年甚至十几年的时间,概括起来一个人从出生到发生卒中要经过“六个台阶”。

第一个台阶是遗传因素;第二个台阶是不良生活习惯;第三个台阶是疾病因素,如高血压、高血脂、心脏病等;第四个台

阶是小卒中(TIA),也就是短暂性脑缺血发作;第五个台阶是发生卒中;第六个台阶是卒中复发。

预防卒中复发的药物有三类:第一个是抗血小板药,比如阿司匹林、氯吡格雷等;第二个是他汀类药物;第三个是降压药。这三种千万不能忘。

6种危险因素

首先是吸烟。这是中国年轻卒中患者(45岁以下)发病的首要因素,其危险程度超过高血压等疾病;其次是生活不规律;然后是四种疾病因素:血压高、血脂高、糖尿病、心

脏病。

很多人不知道自己的身体情况,这也是很危险的,每年应该坚持体检,记录自己的健康数据。

6项基本原则

一是控制好“三高”;二是积极、适度做锻炼,运动有助于预防动脉粥样硬化,促进血液循环,改善脑供血;三是管住嘴,常称体重,多吃土豆、香蕉,可以保护脑血管,豆类、玉米、苹果、海带及绿色蔬菜能显著降低脑卒中之害;四是限制酒精摄入,特别是高血压患者服了降压药

后不能喝酒,因为饮酒可使血管扩张,增强药物的降压作用,本身因药物作用而降到的血压会更低,容易引起突发性低血压,发生晕倒、跌伤等意外;五是不抽烟、不吸二手烟;六是避免情绪激动,脑血管已有病理改变的患者突然激动,很容易引发脑血管破裂,形成中风。

6种症状

老年人或有高血压、高脂血症等慢性病的人,一旦出现下述六个典型症状,就要及时去医院。

1.突发颜面部、上肢或下肢的无力或麻木;2.突发眩晕;6.突发不明原因的严重头痛。

突然言语困难或语言理解困难;3.突发单侧或双侧视力减退、复视;4.突然行走困难或不能平衡;5.突发眩晕;6.突发不明原因的严重头痛。

6项基本要素

预防脑卒中有6要素,分为三大基石和三个理念。前者包括抗血小板药、他汀类降脂药和降压药治疗;后者主要是指分层、长期和依从(2010中国缺血性卒中/短暂性脑缺血发作二级预防指南)。

临床上,降压药和他汀类降脂药针对的是动脉粥样硬化形成的危险因素;抗血小板药则是直接针对血栓形成的过程。

在没有禁忌症的情况下,患者需按医嘱终身服用相关药物,且依从性越高,获益越明显。

如何预防和治疗早期肾病

□鹤煤总医院 陈振峰

读了11月15日《淇河晨报》健康版的《慢性肾脏病——沉默的杀手》一文,我感触颇深。我是鹤煤总医院肾内科主任陈振峰,首先感谢《淇河晨报》对慢性肾脏病的关注,其次我想借晨报一角谈谈肾脏病。

慢性肾脏病危害极大,它会导致尿毒症,严重威胁人们的健康。但肾脏病起病隐匿,早期知晓率及治疗率很低。

如何提高认识,预防和治疗早期肾脏病呢?首先需了解肾衰的病因。在我国,慢性肾脏病的病因主要为慢性肾炎、糖尿病肾病、高血压肾病等。早期表现为①水肿:晨起眼睑水肿,逐渐自行消退,

因而被忽视。②高血压:肾性高血压多为逐渐发生,多数患者无头痛、头晕等症状,故忽视对血压的测量。③蛋白尿:表现为尿液泡沫增多,多未留意。针对早期肾脏病的一些症状,建议您定期测量血压,化验尿常规,过程简单,仅需10元即可筛查肾脏病。一旦发现肾功能减退,应积极治疗,远离尿毒症。肾衰发展至尿毒症,则只能采取替代治疗,即肾移植、血液透析、腹膜透析。我院拥有我市唯一血液透析室,配备有进口透析机8台,能进行血液透析、血液滤过、血液灌流等多种血液净化方法。欢迎广大患者咨询、治疗。

联系电话:0392-2911048

患了前列腺疾病,对症治疗是关键

专家
答疑

患者问:我今年58岁了,最近小便时有疼痛和尿不尽的感觉,我是不是患了前列腺炎?如果是,该怎么治疗?

爱民医院泌尿外科专家答:前列腺炎的症状很多,除了排尿困难外,还有以下几类症状:

1.尿道症状:轻微尿痛,尿道口疼痛,尿道偶尔溢出白色黏液。
2.局部症状:下腹胀坠、隐痛;阴茎或睾丸疼痛或不适,会阴有潮湿感,腹股沟区疼痛、腰酸、乏力。
3.性功能异常:早泄、阳痿,性欲减退。
4.精神症状:烦躁,多虑,多梦,失眠,心悸。

近年来,男性疾病发病率正以每年3%的速度递增,成为继癌症和心脑血管疾病后,严重危害男性健康的“杀手”,其中,以前列腺疾病最为常见。

治疗前列腺疾病并不难,只要及时、科学的治疗,养成良好的生活习惯,戒除一切不良的嗜好,即可被治愈。

爱民医院拥有先进的德国泌尿系腔道介入设备,膀胱镜、汽化电切镜。前列腺汽化电切术是当前医学界治疗前列腺增生最有效的治疗方法。同时,我院引进先进的男性性功能诊断治疗康复系统“太阳神男性康复治疗仪”,广泛适用于男性性功能障碍,功能性阳痿、心理性阳痿、早泄、阴茎短小、青少年发育迟缓、中老年性功能减退等。该系统囊括了男性泌尿生殖类、性功能障碍类、不育类等病种。我院还开展背神经阻断术、精索静脉曲张术、阴茎延长术、生殖美容术等手术,这标志着爱民医院泌尿男科诊疗技术走在行业前列。

6大常见误区

误区一:春秋输两次液能预防脑血管病。

误区二:预防用药最重要。其实运动要比吃药管用。

误区三:发病后自己去医院。要及时拨打120。

误区四:脑中风后生活就是不能自理。

误区五:把针灸、按摩当康复。

误区六:轻信小广告。

(据《生命时报》)

九大脱发诱因

一年中,人在秋冬季节脱发最多,专家总结出以下9大脱发原因。

1.缺铁。缺铁是脱发头号原因。

2.节食过猛。过分节食减肥导致脱发。

3.避孕药。一些口服避孕药含有合成孕激素会导致脱发。

4.湿疹。有些湿疹会导致脱发。

5.药物。部分异常脱发是由服用治疗痤疮的药物所致。另外,β阻断剂、血液稀释剂抗凝剂、抗抑郁药物和非甾体类抗炎药物与脱发关系密切。

6.甲状腺疾病。甲状腺问题会导致头发生长周期紊乱,甲亢和甲减都会导致头发稀疏。

7.多囊卵巢综合征。多囊卵巢综合征是造成女性脱发的第二大原因。

8.肥胖。肥胖会增加代谢综合征风险,导致胰岛素水平超常,胰岛素水平过高会导致女性体内雄激素增加,增加脱发几率。

9.压力大。压力大会导致头发过早进入休止期而脱落。

(据《生命时报》)

本版主持人

医疗·健康新闻部主任:王淑云

电话:13939258016

E-mail:yjlxwb@163.com

我国首个抗肿瘤新药 枫苓合剂引人关注

媒体报道的“上海药物研究重大科技成果——我国首个可替代手术和放疗化疗抗肿瘤中药新药枫苓合剂问世”的消息,引起河南肿瘤患者广泛关注,医院的病房里,肿瘤药物咨询会现场上,都能听到患者谈论枫苓合剂。

很多患者前往郑州金秋大药房去咨询和购买枫苓合剂,最早服用它的部分患者更是深有体会,他们发现自己的身体一天天好转,治疗无痛苦,这与化疗有天壤之别。

枫苓合剂的疗效越传越神,很多患者慕名而来,许多距离郑州路途遥远的肿瘤患者害怕买不到药,甚至打电话预订。

枫苓咨询中心的热线0371-60380173更是被患者打爆了。有的患者无法直接来咨询中心,想网购又怕买到假药,便用长途电话一天三次地咨询,中心工作人员告诉他验证枫苓合剂真假的方法:可以到国家药监局的网站上验证,也可以到上海市的医保目录上去查,患者这才放心地购买,服用后还经常打来电话咨询专家,导致该咨询中心的热线时常占线。

郑州一位姓刘的患者原本身体的状况十分危急,在医生束手无策的情况下,他服用了枫苓合剂,谁知肿瘤竟慢慢缩小了……枫苓合剂的疗效令她的主治医生震惊,此后,该医生常推荐中晚期肿瘤患者使用枫苓合剂。

据悉,因为疗效突出,枫苓合剂已率先进入上海市医保,患者可放心购买。

日前,安阳市彰德路春草大药房(海鑫购物广场南侧)已引进并成立枫苓合剂专家咨询服务处。

专家预约热线:0372-5065712。

乙肝患者更要了解乙肝

□鹤壁市传染病医院 史保生

临床工作中,常常碰到一些乙肝患者对乙型肝炎存在认识不足和误解,他们总认为那是医生的事,这会严重影响患者的就医行为,甚至因此延误治疗。

对乙肝常见的认识误区有:

一、肝功正常就不必进行抗病毒治疗。

乙肝病毒是造成乙型肝炎发生、发展的根本原因。保肝治疗是病毒性肝炎的对症治疗,转氨酶降至正常值并不等于慢性肝炎被治愈,病毒随时会引起转氨酶再升高。

抗病毒治疗才是对乙肝的各种治疗中最重要的。只有长期抑制病毒,才能避免病毒继续破坏肝脏。

二、乙肝不可能被治愈。

乙肝治愈率低是现实情况,但并非不可治愈。

慢性乙肝自然转阴率在1%左右,通过恰当的抗病毒治疗,慢性乙肝患者完全可以实现病情稳定,治愈率最高可以达到8%。

三、“大三阳”不好,“小三阳”好。

“大三阳”、“小三阳”只是笼统的、间接的、不确定的反映乙肝病毒量高低和传染性大小,它们和乙肝病情轻重没有必然联系。

“大三阳”和“小三阳”均可以引起肝炎,不能笼统地说“小三阳”和“大三阳”谁好谁坏,关键是看病毒对机体造成的损害或危害大小。

四、乙肝病毒携带者不用治疗。

乙肝病毒携带者病情稳定,可以不做治疗,但有可能发展为肝炎,逐渐引起肝细胞损害、纤维化甚至肝硬化、肝癌。

因此,即使是乙肝病毒携带者,也要定期到医院检查肝功能及病毒学等各项指标,以便及早发现病情变化,及时治疗。

五、乙肝病毒会遗传。

慢性乙肝是传染性而非遗传性疾病,不是乙肝携带者生的孩子都一定会得乙肝。

目前,我国有很好的母婴阻断方案,可以使90%以上的乙肝携带者生出健康的宝宝。

